

El trabajo después de una lesión laboral

El regreso pronto y seguro al trabajo después de una lesión laboral podría facilitarle su recuperación. También quizás contribuya a evitar las pérdidas económicas debidas al cese del trabajo.

En esta hoja informativa se verá:

Cómo puede seguir trabajando para su empleador.

Qué servicios de rehabilitación vocacional le ayudarán a encontrar trabajo en caso de que no pueda hacer el trabajo anterior y su empleador no le ofrezca otro.

Qué medidas puede tomar si tiene dudas o necesita asistencia.

Más informes (Ver dorso).



Manténgase en comunicación constante

Después de lastimarse en el trabajo le asistirán muchas personas para determinar cuándo podrá regresar a trabajar y qué trabajo hará. Entre otras, se cuentan:

El doctor que le va a atender

Los gerentes que representan al empleador

El **administrador de reclamaciones de seguros** encargado de la reclamación en nombre del empleador

Si desea saber qué doctor puede atenderle en caso de que se lesione en el trabajo o cómo presentar una reclamación, obtenga la hoja informativa "Después de lastimarse en el trabajo" (ver página 10).

A veces los doctores y los administradores de reclamaciones no entienden del todo en qué consiste el trabajo que usted hace o qué trabajos le podrían asignar. Por lo tanto, es

Adentro:

El trabajo mientras se recupera	2
En caso de no poder recuperarse totalmente	3-4
Beneficios de rehabilitación vocacional	5-6
Preguntas y respuestas	7-8

indispensable que todos ustedes se comuniquen bien durante el proceso. Usted (y su abogado, si tiene uno) debe mantenerse en comunicación *constante* con el doctor que le atiende y con el administrador de reclamaciones sobre:

- El trabajo que usted desempeñaba antes de lastimarse.
- Su estado de salud y el tipo de trabajo que puede hacer ahora.
- El tipo de trabajo que su empleador puede ofrecerle.

El trabajo mientras se recupera

Poco después de que usted sufra la lesión, el doctor que le atiende le hará una examinación y le enviará al administrador de reclamaciones un informe de estado de salud. Si el doctor que le atiende indica que usted puede trabajar, el doctor deberá anotar:

- Las limitaciones claras y específicas, si las hubiere, de sus deberes en el trabajo mientras usted se recupera. A éstas se las llama **restricciones de trabajo**, y su propósito es protegerle de otras lesiones.

Ejemplo: ningún tipo de trabajo en el que tenga que doblarse o agacharse constantemente.

- Los cambios necesarios, si los hubiere, en su horario, sus deberes, el equipo u otras condiciones de trabajo mientras se recupera.

Ejemplo: proporcionarle un auricular para evitar posturas incómodas de la cabeza y del cuello.

Si el doctor que le atiende indica que usted no puede trabajar en absoluto mientras se recupera, no pueden obligarle a que trabaje.

Beneficios TD y PD

Si pierde ingresos mientras se recupera, podría recibir pagos por **incapacidad temporal (TD)**. Si desea saber acerca de estos pagos, obtenga la hoja informativa "Pagos por incapacidad temporal" (ver página 10).

Si el doctor que le atiende indica que usted jamás se recuperará del todo y que su capacidad para hacer diferentes tipos de trabajo siempre estará algo limitada, usted podría recibir pagos por **incapacidad permanente (PD)**. Si desea saber acerca de estos pagos, obtenga la hoja informativa "Pagos por incapacidad permanente" (ver página 10).

En caso de que pueda trabajar con restricciones

Si el doctor que le atiende indica que usted puede volver a trabajar con restricciones de trabajo concretas, el trabajo que le dé el empleador deberá respetar estas restricciones. Por ejemplo, el empleador podría cambiarle algunas de sus tareas, reducirle el tiempo que Ud. tenga que dedicarle a ciertas tareas, o proporcionarle equipo de asistencia. O bien, quizás le diga que ese tipo de trabajo no está disponible, en cuyo caso no puede obligarle a que trabaje.

En caso de que pueda trabajar sin restricciones

Si el doctor que le atiende indica que usted puede volver a trabajar sin restricciones, el empleador por lo general deberá darle a usted el mismo trabajo y pagarle lo mismo que antes de lastimarse. El empleador puede obligarlo a que acepte el trabajo. Esto podría suceder poco después de la lesión, o mucho después, una vez que su estado haya mejorado.

En caso de no poder recuperarse totalmente

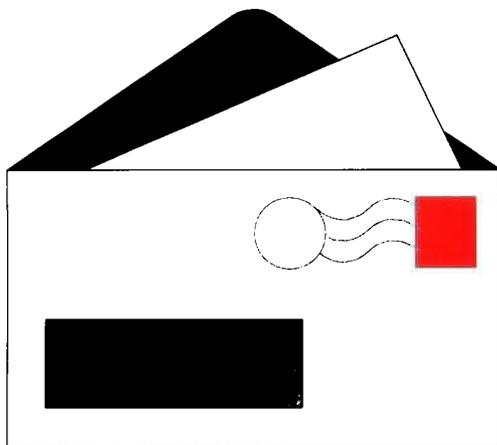
El doctor que le atiende quizá determine que usted no podrá volver jamás al mismo trabajo bajo las mismas condiciones de trabajo que existían antes de lesionarse.

El doctor deberá indicar esto por escrito. El informe deberá incluir las **restricciones de trabajo** permanentes que le protegerán de más lesiones.

(En algunas circunstancias, usted y el administrador de reclamaciones llenarán primero el formulario RU-91 "Description of Employee's Job Duties". Necesitará ese formulario si usted ha dejado de trabajar 90 días. El doctor entonces revisará lo que usted escribió en el formulario para determinar si usted puede volver a su trabajo y con las condiciones anteriores.)

Información del administrador de reclamaciones del seguro

Si el doctor que le atiende indica que usted no podrá volver jamás al mismo trabajo y a las mismas condiciones de trabajo que existían antes de lesionarse, el administrador de reclamaciones deberá enviarle a usted:



Una carta indicándole que podría recibir beneficios de rehabilitación vocacional. En la sección a continuación aparece una descripción de estos beneficios.

- b. Una carta indicándole si su empleador le ofrece trabajo. A menudo esta carta es la misma que la anterior. Si le ofrecen trabajo, el administrador de reclamaciones deberá también enviarle a usted el formulario "RU-94", "Offer of Modified or Alternative Work".
- c. Un panfleto estatal titulado "Help in Returning to Work - '94."
- d. Una copia del informe médico mencionado anteriormente, con instrucciones de qué hacer si se está en desacuerdo con el informe.

Si su empleador le ofrece trabajo

Si en la carta del administrador de reclamaciones se indica que el empleador le ofrece a usted trabajo, éste deberá respetar las **restricciones de trabajo** mencionadas en el informe médico.

La oferta quizá comprenda:

1. **Un trabajo modificado.** Este es el trabajo anterior con los cambios que cumplan con las restricciones de trabajo médicas. Deberá durar por lo menos 12 meses y el sueldo deberá ser el mismo que el del trabajo anterior.

Ejemplos: cambiarle determinadas tareas, reducirle el tiempo dedicado a determinadas tareas, cambiarle el módulo de trabajo y proporcionarle equipo de asistencia.

—○—

2. **Un trabajo alternativo.** Este es un tipo de trabajo distinto al anterior. Deberá durar por lo menos 12 meses, y la paga deberá ser como mínimo de un 85% de lo que usted ganaba cuando se lesionó.

También deberá quedar a una distancia razonable de donde usted vivía cuando se lesionó.

Si su empleador le ofrece un trabajo modificado o alternativo:

- Usted podría tener únicamente 30 días para aceptar la oferta. Si no responde en 30 días, el empleador podría retirar la oferta.
- El administrador de reclamaciones probablemente no estará obligado a concederle beneficios de rehabilitación vocacional. Ese es el caso *ya sea usted acepte o no* la oferta.

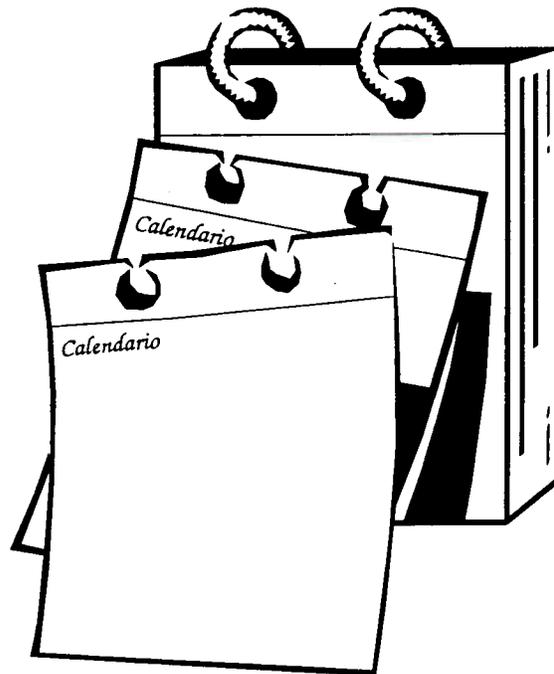
El empleador quizás le ofrezca a usted un trabajo que durará por lo menos 12 meses pero que no reúne los demás requisitos de un trabajo modificado o alternativo. De ser ese el caso y:

- Usted *acepta* la oferta, podría *perder* el derecho a los beneficios de rehabilitación vocacional.
- Si quiere preservar su derecho a estos beneficios, deberá responder en el formulario RU- 94 que no puede aceptar la oferta y deberá explicar por qué motivo el trabajo no reúne los requisitos.

Nota: Si usted acepta una oferta de trabajo que termine en menos de 12 meses, *no* perderá el derecho a la rehabilitación vocacional.

Si su empleador no le ofrece trabajo

Si en la carta del administrador de reclamaciones se indica que el empleador no le ofrece a usted trabajo, la carta deberá indicar si en lugar de eso el administrador de reclamaciones le va a ofrecer beneficios de rehabilitación vocacional.



Si le ofrecen a usted estos beneficios, podría tener únicamente 90 días para responder por escrito que desea aceptarlos.

Si no contesta usted dentro de 90 días, podría perder su derecho a la rehabilitación vocacional. (Tiene usted más tiempo para contestar si el administrador de reclamaciones no le recuerda a usted por escrito de 45 a 70 días después de la carta original.)

Puede preservar su derecho a la rehabilitación vocacional si:

- Usted contesta que no está seguro de querer rehabilitación vocacional y que quisiera una evaluación para ayudarle a decidirlo.

- o -

- Usted contesta que desea la rehabilitación vocacional pero no en ese momento, y explica por qué no está listo.

Beneficios de rehabilitación vocacional

Los beneficios de rehabilitación vocacional incluyen:

Servicios de asistencia para encontrar trabajo si usted no puede desempeñar el trabajo de antes y el empleador no le ofrece a usted otro trabajo.

Una pensión que le ayude con los gastos de mantenimiento mientras esté recibiendo estos servicios. Una descripción de esto aparece en la página 6.

El obtener servicios de rehabilitación vocacional no le garantiza que encontrará un trabajo que pague igual que el trabajo anterior.

Suma máxima de dólares

Por lo general el administrador de reclamaciones sólo está obligado a pagar hasta \$16,000 (máximo) en beneficios de rehabilitación vocacional. Esta cantidad incluye los honorarios pagados a un asesor de rehabilitación y la pensión de mantenimiento durante la rehabilitación vocacional. Una explicación de estos honorarios y pagos aparece a continuación y en la página 6.

Cómo obtener rehabilitación vocacional

Tal como se indicó anteriormente, el administrador de reclamaciones podría *ofrecerle* rehabilitación vocacional.

En ciertas circunstancias usted también puede *solicitarla*. Por ejemplo, puede solicitar rehabilitación vocacional si no estaba listo para aceptarla antes, pero está listo ahora. El plazo para solicitar rehabilitación vocacional depende de muchos factores.

Para obtener asistencia, pase a la página 9.

Asesor de rehabilitación

Si usted acepta la oferta de rehabilitación vocacional o si se acepta su solicitud para la rehabilitación vocacional, el administrador de reclamaciones le propondrá a un **asesor de rehabilitación** para que le haga una evaluación y le asesore. A esa persona también se le llama representante de rehabilitación calificado o **QRR**.

Los honorarios pagados al asesor forman parte del máximo de \$16,000 en pagos de rehabilitación vocacional.

La persona que el administrador de reclamaciones proponga como asesor de rehabilitación deberá contar con la aprobación de usted.

Una vez seleccionada, esa persona se reunirá con usted para determinar si usted podrá participar en rehabilitación vocacional.

Por lo general un trabajador está obligado a usar los servicios de un asesor de rehabilitación mientras esté en rehabilitación vocacional. Sin embargo, en ocasiones se le permite al trabajador inscrito en un programa universitario que se encargue de su rehabilitación vocacional sin un asesor.



Puede solicitar permiso para administrar su **propia** rehabilitación vocacional dirigiéndose al **Rehabilitation Consultant** del ramo estatal de Compensación de trabajadores. Consulte las páginas gubernamentales al principio de las páginas blancas de la guía telefónica. Vea bajo: State Government Offices/Industrial Relations/Workers' Compensation.

Servicios de rehabilitación vocacional

El asesor de rehabilitación y usted redactarán juntos un plan de rehabilitación vocacional por escrito.

El plan deberá incluir una de las siguientes cosas:

- Un trabajo modificado o alternativo con su empleador (aún si su empleador no se lo ha ofrecido antes)
- Un empleo con otro empleador
- Capacitación en el trabajo
- Educación o capacitación en una escuela
- Trabajo por cuenta propia.

Después de preparar el plan, recibirá Ud. los servicios descritos en el plan. También podría recibir asesoramiento de colocación de empleo por parte del asesor de rehabilitación.

Gastos de mantenimiento

Si está recibiendo pagos por **incapacidad temporal (TD)**, usted debe seguir recibéndolos mientras participe en la rehabilitación vocacional. Seguirá recibéndolos durante todo el tiempo que usted reúna los requisitos de TD.

Para saber más acerca de los pagos TD, obtenga la hoja informativa "Pagos por incapacidad temporal" (ver lista en la página 10).

Si no está recibiendo pagos TD, quizás pueda recibir:

- **Pensión de rehabilitación vocacional (VRMA)**. Ésta puede ser de hasta \$246 a la semana, hasta por 52 semanas. Los pagos VRMA son parte del máximo de \$16,000 en pagos por rehabilitación vocacional.
- Pagos por **incapacidad permanente (PD)** en ciertas circunstancias.

Para saber más acerca de la incapacidad permanente, obtenga la hoja informativa "Pagos por incapacidad permanente" (ver lista de la página 10).

Si rechaza la rehabilitación vocacional

Puede rechazar una oferta de beneficios de rehabilitación vocacional si usted no necesita esos servicios.

Sin embargo, si se llega a un arreglo en su caso más adelante, no podrá recibir dinero en efectivo a cambio de los beneficios de rehabilitación vocacional a menos que se reúnan ciertas condiciones. (Un **arreglo** es un acuerdo entre usted y el administrador de reclamaciones acerca de su reclamación de compensación de trabajadores.)

Si tiene alguna duda, pase a la página 9.

Preguntas y respuestas

P. *No estoy de acuerdo con la opinión del doctor que me atiende acerca del trabajo que puedo desempeñar. ¿Qué puedo hacer?*

R. A veces diferentes doctores tienen opiniones distintas sobre la capacidad del trabajador para desempeñar tareas sin lastimarse. Usted tiene el derecho a estar en desacuerdo o a cuestionar el informe que escribió el doctor que le atiende.

Si desea disputar el informe:

- Y no tiene un abogado, le deberá enviar una carta al administrador de reclamaciones indicando que usted no está de acuerdo con el informe. Deberá enviar la carta en los 30 días siguientes después de haber recibido el informe. Si desea asistencia, pase a la página 9.
- Si tiene abogado, diríjase a su abogado inmediatamente. El plazo para indicar su desacuerdo es de 20 días.

Acto seguido, puede obtener una **evaluación médica** de otro doctor.

Si desea información sobre las evaluaciones médicas, llame al State Industrial Medical Council (Consejo médico industrial del estado) al 1-800-794-6900. Pida las guías “Su evaluación médica” y “Cómo puede obtener su evaluación médica.”

También vea la página de internet del Departamento de relaciones industriales de California: www.dir.ca.gov.

Si desea ayuda para obtener una evaluación médica, diríjase a un Information & Assistance officer (representante de información y asistencia) o a un abogado (ver página 9).

P. *No estoy de acuerdo con el trabajo que me asigna u ofrece mi empleador. ¿Qué puedo hacer?*

R. Si el empleador le asigna u ofrece un trabajo que no respeta las restricciones de trabajo que ha establecido el doctor que le atiende, no tiene que aceptarlo. Para ayuda, pase a la página 9.



En algunos casos, el trabajo que le ofrezcan quizás esté en cumplimiento con las restricciones de trabajo, pero aún así puede parecer injusto.

Las leyes le prohíben al empleador discriminarle por haber pedido beneficios de compensación al trabajador o por tener una incapacidad. Lo prohíben la **sección 132a del California Labor Code**, la ley federal **Americans with Disabilities Act (ADA)** y la ley de California **Fair Employment and Housing Act (FEHA)**.

Sin embargo, el empleador no siempre está obligado a ofrecerle trabajo o a ofrecerle el trabajo que Ud. desee. Por ejemplo, quizás no exista ningún trabajo que usted pueda desempeñar y que esté en cumplimiento con las restricciones de trabajo del doctor. Si tiene alguna duda o necesita ayuda, pase a la página 9.

P. *No estoy de acuerdo con una decisión que afectará mis beneficios de rehabilitación vocacional. ¿Qué puedo hacer?*

R. Puede dirigirse a su empleador, al administrador de reclamaciones, a un representante de información y asistencia, a un abogado, o al sindicato. Pase a la página 9.

También puede pedirle asistencia a un **Rehabilitation Consultant** del ramo estatal de compensación a los trabajadores.

Los consultores de rehabilitación supervisan los reglamentos de rehabilitación vocacional, toman decisiones sobre los beneficios de rehabilitación vocacional y ayudan a resolver controversias.

Si desea instrucciones de cómo obtener la asistencia de un consultor de rehabilitación, diríjase a un representante de información y asistencia o a un abogado (pase a la página 9).



MANTENGA LOS TRÁMITES DE SU RECLAMACIÓN AL DÍA

Algunos trabajadores lesionados reciben la compensación pronto y sin problemas. Otros tienen problemas y demoras. Los consejos en esta hoja le indicarán cómo llevar adelante su caso para asegurarse que sus derechos estén protegidos.

Haya o no problemas, haga lo siguiente:

- ◆ **Guarde constancia de todo documento.** Es probable que llene y que reciba muchos formularios y otros papeles. Guarde copias de *todo*, ¡inclusive los sobres con sellos postales!

Tome apuntes de todas las conversaciones con las personas que tengan que ver con la reclamación.

Manténgase al tanto de su estado de salud y de cómo éste afecta su desempeño en el trabajo.

Pídale al administrador de reclamaciones por escrito copias de todos los informes médicos y demás documentos.

Guarde los talones de cheques y los horarios de trabajo que muestren sus ingresos, así como las fechas en que trabajó o faltó al trabajo.

Mantenga un registro de cualquier gasto en efectivo que pueda cubrir la compensación del trabajador (por ejemplo, recetas médicas o gastos de transporte a las citas médicas).

- ◆ **Aprenda más sobre la compensación del trabajador.** Las leyes y los procedimientos de la compensación del trabajador son complicados. Lo que corresponde en el caso de un trabajador lesionado quizá no corresponda en el de Ud. Entérese de sus derechos y no dude en hacer preguntas. Si desea obtener la hoja informativa "Para mayor información," vea la página 10.

Si hay algo que le inquieta, dígalo. Vea si el empleador o el administrador de reclamaciones están dispuestos a resolver el problema. Si eso no funciona, consiga ayuda sin demora. Procure hacer lo siguiente:

- ◆ **Comuníquese con un Information & Assistance officer (representante de información y asistencia).** Los representantes I&A estatales aclaran dudas y orientan a los trabajadores lesionados. Quizá le ayuden a resolver los problemas con la reclamación y le proporcionen información y formularios. Ofrecen talleres informativos por todo el estado. Si desea dirigirse a una oficina local, consulte las páginas gubernamentales al principio de las páginas blancas de la guía telefónica. Busque bajo: State Government Offices/Industrial Relations/Workers' Compensation.
- ◆ **Consulte con un abogado.** Los abogados que se especializan en ayudar a los trabajadores lesionados con las reclamaciones de compensación del trabajador se llaman **abogados de solicitantes**. Su trabajo consiste en planear la estrategia a seguir en el caso, obtener información que fundamente la reclamación, mantenerse al tanto de los plazos y representarle en audiencias ante un **juez de derecho administrativo** de la **Workers' Compensation Appeals Board** (Junta de apelaciones de compensación del trabajador). La mayoría de los abogados ofrecen una consulta gratis. Si contrata a un abogado, los honorarios se descuentan de la indemnización que usted reciba más adelante. Un Referee deberá aprobar los honorarios. Si desea los nombres de abogados de solicitantes, llame al State Bar (☎ 1-415-241-2100), a una asociación local del colegio de abogados o a la California Applicants' Attorneys Association (☎ 1-800-459-1400).
- ◆ **Comuníquese con el sindicato.** El sindicato quizá pueda ayudarle a resolver los problemas, informarle de otros beneficios, negociar los cambios necesarios en el trabajo y protegerle de la discriminación laboral.
- ◆ **Representétese por sí mismo.** Si no logra conseguir ayuda de las fuentes anteriores, puede preparar su propio caso y solicitar una audiencia ante un Referee. Si desea instrucciones, diríjase a un Information & Assistance officer (ver anterior).

Esta hoja informativa es una de una serie, entre las que se cuentan:

H
O
J
A
S

I
N
F
O
R
M
A
T
I
V
A
S

■ **Lo que todo trabajador debe saber (no. 1)**

(beneficios de la compensación del trabajador y cómo escoger al doctor si se lastima en el trabajo)

■ **Después de lastimarse en el trabajo (no. 2)**

(qué pasos tomar, cómo obtener servicios médicos adecuados, el trabajo que puede hacer mientras se recupera, otros tipos de ayuda económica e información sobre la discriminación en el trabajo)

■ **Pagos por incapacidad temporal (no. 3A)**

(los pagos que se le dan mientras se recupera de una lesión o enfermedad adquirida a causa del trabajo)

■ **Pagos por incapacidad permanente (no. 3B)**

(informes médicos, clasificaciones, pagos y arreglos)

■ **Para mayor información (no. 4)**

(información escrita, donde le ayudan con su reclamación y otros tipos de asistencia)

■ **¿Te lastimaste en el trabajo? Alerta informativa para los adolescentes**

(Hoja informativa para trabajadores jóvenes)

Si desea obtener estas hojas informativas, diríjase a la Division of Workers' Compensation (el ramo estatal de la compensación del trabajador). Llame sin costo al ☎ 1-800-736-7401, o consulte las páginas gubernamentales al principio de las páginas blancas de la guía telefónica y busque bajo: State Government Offices/Industrial Relations/Workers' Compensation/Information & Assistance. Si desea ver las hojas informativas, conéctese al siguiente sitio de la red del internet: www.dir.ca.gov (muchas bibliotecas públicas le dan acceso a la red). Por medio del enlace de este sitio de la red, conéctese a: Commission on Health and Safety and Workers' Compensation.

Esta hoja informativa fue diseñada y producida por el Labor Occupational Health Program (LOHP), University of California at Berkeley, bajo contrato con el Commission on Health and Safety and Workers' Compensation.

© Marca y nombre registrados, marzo de 2000, por LOHP. Se da autorización para reproducir esta hoja informativa para efectos educativos. Por favor dé reconocimiento al LOHP y a la Commission on Health and Safety and Workers' Compensation.

Las ilustraciones están registradas por New Vision Technologies, Inc. Se da autorización para reproducir las ilustraciones como parte de esta hoja informativa.



Esta hoja informativa contiene la información correcta para la mayoría de las situaciones. Sin embargo, podrían haber ciertas **reglas, excepciones y plazos** que no se incluyen aquí que podrían afectar su caso. Si desea saber más, vea la hoja informativa **Para mayor información**.

La información que se da aquí describe el sistema de compensación del trabajador de California desde marzo de 2000 y corresponde para la mayoría de los empleados del sector privado, del estado, y de los gobiernos locales cuya "fecha de lesión" ocurrió a partir de 1994.

